



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 23-32

Vecka 23/5	MÅNDAG 1.6.	TISDAG 2.6.	ONSDAG 3.6.	TORSDAG 4.6.	FREDAG 5.6.	LÖRDAG 6.6.	SÖNDAG 7.6.
Morgonmål	Ekologisk havregröt fruktpuré juice	Vetevälling av ekologiska flingor tunnbröd grönsaksklyftor	Mjukt bröd äggskivor grönsaksskivor	Rågvälling av ekologiska flingor mjukt bröd rotsaksbitar	Mannagröt bärpuré	Fil / Yoghurt bröd rotsaksklyftor	Gröt fruktpuré
Lunch	Köttbullar M Ä och M S Ä brunsås L N S Ä potatismos L G Ä sallad	Broilersoppa M G N S Ä rågbröd grönsaksskivor Bärkvag L G N S Ä	Nudel-quornwok M sallad	Regnbågslaxfrestelse L G N S Ä semla sallad	Knackkorvsås M Ä potatis sallad	Köttfärs-potatismoslåda sallad	Gris-grönsakssås potatis / korn sallad
Vegetarisk rätt	Falafelbullar (kikärt) M G Ä VEG / M G	Spenatsoppa L G Ä ägg	Nudel-quornwok M	Grönsaks-kikärtfrestelse L G Ä L	Sojaknackkorvsås M G Ä VEG	Grönsaks-potatismoslåda	Trädgårdslandets grönsaksgryta
Mellanmål	Ekologisk yoghurt naturell bärpuré mjukt bröd	Semla bredbart tonfisk pålägg grönsaksskivor	Risgrynsgröt och bär	Rågbröd pålägg grönsaksskivor	Fruktkräm mjukt bröd ost	Husets pirog (t.ex. köttfärs-grönsaks-pirog i rågdeg) råkostportion	Bröd pålägg grönsaksskivor
Middag	Sej-regnbågslaxsås rotsaks-potatismos sallad	Bolognesesås mörk pasta eller potatis sallad	Köttsoppa bröd grönsaksskivor	Broilerrisotto sallad	Fisksoppa rågbröd grönsaksskivor	Grönsakspurésoppa bröd ost	Kalkonfrestelse sallad
Kvällsmål	Semla ost frukt	Gröt och fruktpuré	Tunnbröd bredbart örtpålägg rotsaksbitar	Morotsplättar lingonkross grynost / ägg	Fruktkvarg bröd	Gröt / Välling saftsoppa bröd	Frukt- eller baryoghurt bröd rotsaksbitar



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 23-32

Vecka 24/6	MÅNDAG 8.6.	TISDAG 9.6.	ONSDAG 10.6.	TORSDAG 11.6.	FREDAG 12.6. Helsingforsdagen	LÖRDAG 13.6.	SÖNDAG 14.6.
Morgonmål	Ekologisk gröt av kornflingor fruktपुरé	Havrevälling eller rågröt av ekologiska flingor mjukt bröd grönsaksskivor	Mannagröt bärपुरé	Semla ost kakao rotsaksbitar ekologisk frukt	PÅ HUSETS VIS	Gröt bårsoppa	Bröd pålägg grönsaksskivor kakao
Lunch	Köttfärssås M S Ä mörk pasta eller PÅ HUSETS VIS sallad	Broiler-potatislåda L G N S Ä sallad	Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG gräddfil-relishsås L G N S Ä potatismos L G Ä sallad, mjukt bröd	Broiler i tomatsås M G N S Ä mörkt eller fullkorns-ris sallad	Fisksoppa L G N S Ä grönsaksskivor rågbröd Rabarberpaj M	Kalops potatismos eller potatis sallad	Broilerbullar sås formpotatis sallad
Vegetarisk rätt	Ärtkrossbolognese M G Ä VEG eller PÅ HUSETS VIS	Grönsaks-bönrisotto M G Ä VEG	Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG	Vegetarisk korma med ekologisk tofu M G Ä VEG	Linssoppa L G Ä	Rotsaks-sojagryta	Grönsaksbullar eller -biffar
Mellanmål	Mjukt bröd pålägg frukt-klyftor	Fruktgröt fruktbitar	Rågbröd pålägg grönsaksskivor /-klyftor	Morotspannkaka eller pannkaka bärkross	PÅ HUSETS VIS (t.ex. grönsaks-frukt-fat, dipsås, bröd)	Pizza	Yoghurt eller fil bröd frukt
Middag	Fisk i ostsås potatis sallad	Knackkorvsoppa bröd på husets vis Pepparkaksdelikatess	Regnbågsloxås potatismos sallad	Köttmakaronilåda sallad	Vegetarisk pytti-panna, ägg sallad	Köttfärs-spagetti-form sallad	Broilersoppa tunnbröd
Kvällsmål	Fruktgröt fruktbitar	PÅ HUSETS VIS	Bärkvarg bröd	Rågruta eller semla bredbart vegetariskt pålägg	Fruktpirog rotsaksbitar	Bröd ost frukt-klyftor	Gröt eller välling bröd saftsoppa



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 23-32

Vecka 25/1	MÅNDAG 15.6.	TISDAG 16.6.	ONSDAG 17.6.	TORSDAG 18.6.	FREDAG 19.6. Midsommarafton	LÖRDAG 20.6. Midsommardagen	SÖNDAG 21.6.
Morgonmål	Ekologisk havregröt bärpuré grönsaksskivor	Rågvälling av ekologiska flingor semla fruktklyftor	PÅ HUSETS VIS	Rågbröd leverkorv kakao rotsaksbitar	Ekologisk välling av fyrcornsflingor mjukt bröd fruktklyftor	Bröd, pålägg grönsaksskivor juice	Gröt bårsoppa
Lunch	Tonfisk-pastaform L N S Ä sallad	Kalkon-rotsaks-soppa M G N S Ä grönsaksskivor rågbröd Fruktkvarg L G Ä	Spenatplättar L potatismos L G Ä lingonkross ägg sallad mjukt bröd	Köttfärs-potatismosform L G S Ä sallad	Ugnstekt regnbågs-lax L G N S Ä gräddfilssås med dill och citron L G N S potatis sallad	Broilerfrestelse sallad	Köttfärs-grönsaks-gryta sallad
Vegetarisk rätt	Härkismakaronilåda L Ä	Paprikapurésoppa M G Ä VEG grynost L G Ä	Spenatplättar L	Grönsaks-potatismosform (soja) M G Ä VEG	Sojastrimlor och ugnsgrönsaker M G Ä VEG	Grönsaksfrestelse	Kikärt-grönsaks-risotto
Mellanmål	Fruktsallad mjukt bröd	Morotspirog bredbart äggpålägg grönsaksskivor / -klyftor	Ekologisk yoghurt naturell och bärpuré mjukt bröd	HUSETS VIS (t.ex. grönsaks-fruktfat, dippsås, bröd)	Morotsplättar lingonkross	Fruktsallad bröd	PÅ HUSETS VIS (t.ex. tunnbröd, pålägg och frukt)
Middag	Vegetarisk minestrone-soppa bröd på husets vis grönsaksskivor	Italiensk ugnsfisk potatis sallad	Broilersås mörkt eller fullkornsris sallad	Grönsakspurésoppa bröd pålägg	Knackkorv klyftpotatis sallad	Fisk i ostsås mörkt eller fullkornsris sallad	Broilersoppa bröd
Kvällsmål	Bärkräm bröd	Fruktslake eller -smoothie bröd	Semla, bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor kakao	Gröt på husets vis saftsoppa	Rågbröd pålägg frukt	Fil eller yoghurt bröd, pålägg fruktklyftor	Rispirog bredbart äggpålägg rotsaksbitar

Vid alla måltider serveras även knäckebröd, bordsmargarin och måltidsdryck (fettfri ekologisk mjölk/-surmjölk/vatten). Daghemmen är på steg 4 i Programmet Stegvis mot eko.

Byte av produkt och ändringar i lämplighetsbeteckningar möjliga. Kontrollera alltid lämplighetsbeteckningen på daghemmet.

M mjölkfri
L laktosfri
LL under 1g laktos/100 g
Ä innehåller inte ägg
VEG passar vegandiet

N innehåller inte nötkött
S innehåller inte svinkött
G glutenfri, passar celiakidiet



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 23-32

Vecka 26/2	MÅNDAG 22.6.	TISDAG 23.6.	ONSDAG 24.6.	TORSDAG 25.6.	FREDAG 26.6.	LÖRDAG 27.6.	SÖNDAG 28.6.
Morgon-mål	Ekologisk gröt av kornflingor fruktpuré	Havrevälling av ekologiska flingor semla fruktklyftor	Mannavälling mjukt bröd bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor	Tunnbröd smältost grönsaksskivor/-klyftor	PÅ HUSETS VIS	Gröt fruktpuré	Semla eller bröd pålägg grönsaksskivor
Lunch	Kebabsås M G S Ä grönsaksskivor yoghurt naturell L G Ä mörkt eller fullkornsrís sallad	Härkiskasagnette L Ä mjukt bröd sallad	Ostgratinerad fisk L G N S Ä rotsaks-potatismos L G Ä sallad	Köttfärssoppa M G S Ä rågbröd grönsaksskivor Ekologisk frukt	Broilerfärsbiffar M G N S Ä tomatsås L G N S Ä vegeris sallad	Lasagnette av köttfärs sallad	Skepparens strömmingar potatismos sallad
Vegetarisk rätt	Indisk linsgryta M G Ä VEG yoghurt naturell L G Ä	Härkiskasagnette L Ä	Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG	Rödbetspurésoppa L Ä ost	Grönsaksbiffar (soja) M G Ä VEG	Vegetarisk lasagnette	Potatis-rotsaksform
Mellan-mål	Bärkräm mjukt bröd ost	Rågbröd bredbart tonfisk pålägg grönsaksskivor	Rispirog bredbart äggpålägg rotsaksbitar	Rågröt av ekologiska flingor eller fruktgröt fruktbitar	PÅ HUSETS VIS (t.ex. grönsaks-fruktfat, dipsås, bröd)	Fruktkräm bröd	PÅ HUSETS VIS eller pizza råkostportion
Middag	Broilerrisotto sallad	Köttssoppa bröd på husets vis	Trädgårdslandets kalkongryta, mörkt ris eller potatis sallad	Sej-regnbågslaxsås potatis sallad	Spenatsoppa ägghalva bröd på husets vis	SOPPA ELLER LÅDRÄTT PÅ HUSETS VIS	Broiler-potatislåda sallad
Kvälls-mål	Pirog på husets vis (t.ex. rispirog) råkostportion	Gröt bärsoppa	Bärkvarg bröd	Bröd bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor	KVÄLLSMÅL PÅ HUSETS VIS råkostportion ingår	Bäryoghurt bröd	Välling bröd, ost frukt



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 23-32

Vecka 27/3	MÅNDAG 29.6.	TISDAG 30.6.	ONSDAG 1.7.	TORSDAG 2.7.	FREDAG 3.7.	LÖRDAG 4.7.	SÖNDAG 5.7.
Morgonmål	Ekologisk gröt av fyrkornsflingor fruktpuré grönsaksskivor	Havrevälling av ekologiska flingor mjukt bröd fruktlyftor	Ekologisk yoghurt naturell och mysli mjukt bröd grönsaksskivor	Mannagröt bär rotsaksbitar	Vetevälling av ekologiska flingor rågröd grönsaksklyftor	Gröt fruktpuré	Välling bröd pålägg grönsaksskivor
Lunch	Köttfärs-spagettiform M S Ä sallad	Grönsakspurésoppa L G Ä ekologisk tofu och majs tillbehör M G Ä VEG rågröd grönsaksskivor Bärpirog M N S	Kalkon i sweet&soursås M G N S Ä mörkt eller fullkornsrissallad	Sjömansbiff M G S Ä sallad mjukt bröd	Fiskpinnar M G N S Ä eller M N S Ä tartarsås M G N S potatismos L G Ä sallad	Broilerfrestelse sallad	Köttbullar sås potatismos eller potatis sallad
Vegetarisk rätt	Vegetarisk spagettiform (soja) M Ä VEG	Grönsakspurésoppa L G Ä ekologisk tofu och majs tillbehör M G Ä VEG	Rotsaks-sojagryta L G Ä	Grönsakslinsfrestelse L G Ä	Grönsaksbiffar (soja) M G Ä VEG	Grönsaksfrestelse	Grönsaksbullar
Mellanmål	Bärgröt bär	PÅ HUSETS VIS	Morotsplättar lingonkross grönsaksskivor	Fruktdryck av ekologisk surmjölk rågröd bredbart örtpålägg	Vegetarisk pizza	Fruktsallad bröd	Ris- eller morotspirog ost rotsaksklyftor
Middag	Regnbågslaxsoppa bröd grönsaksskivor	Kål-köttfärsgröta sallad	Grönsaksbullar sås potatis sallad	Broiler-pastaform sallad	Vegetarisk minestrinesoppa bröd på husets vis grönsaksskivor	Katalansk ugnsfisk eller fisk på husets vis sallad	SOPPA PÅ HUSETS VIS
Kvällsmål	Rågbröd eller tunnbröd, pålägg grönsaksskivor	Fruktkvarg bröd	Semla ost grönsaksskivor	Ugnsgröt bårsoppa	Bärsmoothie bröd	Pannkaka eller plättar bärkross	Yoghurt bär bröd



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 23-32

Vecka 28/4	MÅNDAG 6.7.	TISDAG 7.7.	ONSDAG 8.7.	TORSDAG 9.7.	FREDAG 10.7.	LÖRDAG 11.7.	SÖNDAG 12.7.
Morgonmål	Ekologisk vetegröt bärpuré rotsaksbitar	Ekologisk välling av fyrcornsflingor mjukt bröd grönsaksskivor	Ekologisk havregröt bär-soppa grönsaksskivor/-klyftor	Semla pålägg rotsaksbitar kakao	Kornvälling av ekologiska flingor mjukt bröd, ost grönsaksskivor	Välling bröd, bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor	Fil eller yoghurt bröd pålägg fruktklyftor
Lunch	Broilerbolognese M G N S Ä mörk pasta sallad	Mexikansk grönsaksgryta M G mörkt eller fullkornsris sallad rågbröd	Fiskbiffar M N S Ä eller fiskfärspinnar M G N S Ä citron-majonnäsås M G N S potatis sallad	Ärtsoppa M G N Ä mjukt bröd grönsaksskivor / -klyftor Pannkaka L N S bärcross	Köttmakaronilåda L S Ä och M S sallad	Köttgryta med paprika potatis sallad	Kalkonsås mörkt ris eller potatismos sallad
Vegetarisk rätt	Sojabönasås L G Ä	Mexikansk grönsaksgryta M G	Vegepinningar M Ä VEG	Vegetarisk ärtsoppa M G Ä VEG	Pasta-grönsaksform (soja) L Ä	Sojastrimlor och ugnsgronsaker	Ostig bön-grönsaksgryta
Mellanmål	Fruktkvarv tunnbröd	Korngröt av ekologiska gryn och bärpuré	Köttpirog / Grönsakspirog grönsaksklyftor	PÅ HUSETS VIS (2-3 produkter t.ex. fullkornsflingor, semla, äggskivor / portionsbröd med fyllning, råkostportion)	Mjukt bröd pålägg fruktklyftor	Bakverk fruktbitar	Rispirog ost grönsaksklyftor
Middag	Skinkrisotto sallad	Broiler-majssoppa husets bröd	Vegetarisk lasagnette sallad	Köttfärs pannpotatis sallad	Ugnsfisk potatis sallad	LÅDRÄTT PÅ HUSETS VIS	Köttfärs-grönsaksgryta sallad
Kvällsmål	Bröd, bredbart tonfisk pålägg grönsaksskivor	Ugnsomelett bröd rotsaksbitar	Ekologisk yoghurt naturell och bärpuré mjukt bröd	Rågröt bröd	Fruktsmoothie bröd grönsaksskivor	Semla ost grönsaksskivor	GRÖT PÅ HUSETS VIS bärpuré



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 23-32

Vecka 29/5	MÅNDAG 13.7.	TISDAG 14.7.	ONSDAG 15.7.	TORSDAG 16.7.	FREDAG 17.7.	LÖRDAG 18.7.	SÖNDAG 19.7.
Morgon-mål	Ekologisk havregröt fruktpuré juice	Vetevälling av ekologiska flingor tunnbröd grönsaksklyftor	Mjukt bröd äggskivor grönsaksskivor	Rågvälling av ekologiska flingor mjukt bröd rotsaksbitar	Mannagröt bärpuré	Fil / Yoghurt bröd rotsaksklyftor	Gröt fruktpuré
Lunch	Köttbullar M Ä och M S Ä brunsås L N S Ä potatismos L G Ä sallad	Broilersoppa M G N S Ä rågbröd grönsaksskivor Bärkvag L G N S Ä	Nudel-quornwok M eller på husets vis sallad	Regnbågslaxfrestelse L G N S Ä semla sallad	Knackkorvsås M Ä potatis sallad	Köttfärs-potatismoslåda sallad	Gris-grönsakssås potatis / korn sallad
Vegetarisk rätt	Falafelbullar (kikärt) M G Ä VEG / M G	Spenatsoppa L G Ä ägg	Nudel-quornwok M eller på husets vis	Grönsaks-kikärtfrestelse L G Ä L	Sojajackkorvsås M G Ä VEG	Grönsaks-potatismoslåda	Trädgårdslandets grönsaksgryta
Mellan-mål	Ekologisk yoghurt naturell bärpuré mjukt bröd	Semla bredbart tonfisk pålägg grönsaksskivor	Risgrynsgrot och bär	Rågbröd pålägg grönsaksskivor	Fruktkräm mjukt bröd ost	Husets pirog (t.ex. köttfärs-grönsaks-pirog i rågdeg) råkostportion	Bröd pålägg grönsaksskivor
Middag	Sej-regnbågslaxsås rotsaks-potatismos sallad	Bolognesesås mörk pasta eller potatis sallad	Köttssoppa bröd grönsaksskivor	Broilerrisotto sallad	Fisksoppa rågbröd grönsaksskivor	Grönsakspurésoppa bröd ost	Kalkonfrestelse sallad
Kvälls-mål	Semla ost frukt	Gröt och fruktpuré	Tunnbröd bredbart örtpålägg rotsaksbitar	Morotsplättar lingonkross grynost / ägg	Fruktkvarg bröd	Gröt / Välling saftsoppa bröd	Frukt- eller baryoghurt bröd rotsaksbitar



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 23-32

Vecka 30/6	MÅNDAG 20.7.	TISDAG 21.7.	ONSDAG 22.7.	TORSDAG 23.7.	FREDAG 24.7.	LÖRDAG 25.7.	SÖNDAG 26.7.
Morgonmål	Ekologisk gröt av kornflingor fruktपुरé	Havrevälling eller rågröt av ekologiska flingor mjukt bröd grönsaksskivor	Mannagröt bärपुरé	Semla ost kakao rotsaksbitar	Rågvälling av ekologiska flingor mjukt bröd grönsaksskivor	Gröt bårsoppa	Bröd pålägg grönsaksskivor kakao
Lunch	Köttfärsås M S Ä mörk pasta eller PÅ HUSETS VIS sallad	Broiler-potatislåda L G N S Ä sallad	Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG gräddfil-relishsås L G N S Ä potatismos L G Ä sallad, mjukt bröd	Fisksoppa L G N S Ä grönsaksskivor rågbröd ekologisk frukt	Broiler i tomatsås M G N S Ä mörkt eller fullkorns-ris sallad	Kalops potatismos eller potatis sallad	Broilerbullar sås formpotatis sallad
Vegetarisk rätt	Ärtkrossbolognese M G Ä VEG eller PÅ HUSETS VIS	Grönsaks-bönrisotto M G Ä VEG	Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG	Linssoppa L G Ä	Vegetarisk korma med ekologisk tofu M G Ä VEG	Rotsaks-sojagryta	Grönsaksbullar eller -biffar
Mellanmål	Mjukt bröd pålägg fruktklyftor	Fruktgröt fruktbitar	Rågbröd pålägg grönsaksskivor /-klyftor	Morotspannkaka eller pannkaka bärkross	PÅ HUSETS VIS (t.ex. grönsaks-fruktfat, dippsås, bröd)	Pizza	Yoghurt eller fil bröd frukt
Middag	Vegetarisk pyttipanna, ägg sallad	Knackkorvsoppa bröd på husets vis Pepparkaksdelikatess	Regnbågslaxsås potatismos sallad	Köttmakaronilåda sallad	Fisk i ostsås potatis sallad	Köttfärs-spagetti-form sallad	Broilersoppa tunnbröd
Kvällsmål	Fruktgröt fruktbitar	PÅ HUSETS VIS	Bärkvarg bröd	PÅ HUSETS VIS	Fruktpirog rotsaksbitar	Bröd ost fruktklyftor	Gröt eller välling bröd saftsoppa



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 23-32

Vecka 31/1	MÅNDAG 27.7.	TISDAG 28.7.	ONSDAG 29.7.	TORSDAG 30.7.	FREDAG 31.7.	LÖRDAG 1.8.	SÖNDAG 2.8.
Morgonmål	Ekologisk havregröt bärpuré rotsaksbitar	Rågvälling av ekologiska flingor semla fruktklyftor	Ekologisk yoghurt naturell och mysli mjukt bröd	Rågbröd leverkorv kakao rotsaksbitar	Ekologisk välling av fyrcornsflingor mjukt bröd fruktklyftor	Bröd, pålägg grönsaksskivor juice	Gröt bårsoppa
Lunch	Köttmakaronilåda L S Ä och M S sallad	Kalkon-rotsaks-soppa M G N S Ä grönsaksskivor rågbröd Fruktkvarv L G Ä	Spenatplättar L potatismos L G Ä lingonkross ägg sallad mjukt bröd	Kebabsås M G S Ä yoghurt naturell L G Ä mörkt eller fullkornsriss sallad	Regnbågslaxfrestelse L G N S Ä mjukt bröd sallad	Köttgryta med paprika potatis sallad	Köttfärs-grönsaksgryta sallad
Vegetarisk rätt	Pasta-grönsaksform (soja) L Ä	Kikärt-kokossoppa M G Ä VEG grynost L G Ä	Spenatplättar L	Indisk linsgryta M G Ä VEG yoghurt naturell L G Ä	Grönsaks-kikärtfrestelse L G Ä	Sojastrimlor och ugnsgroönsaker	Kikärt-grönsaksrisotto
Mellanmål	Fruktsallad mjukt bröd	Morotspirog bredbart äggpålägg grönsaksskivor / -klyftor	Bärgröt bär	PÅ HUSSETS VIS (t.ex. grönsaks-frukt-fat, dipsås, bröd)	Husets tunnbröd ost rotsaksbitar	PÅ HUSSETS VIS	Bröd pålägg grönsaksskivor
Middag	Broilersås mörkt eller fullkornsriss sallad	Italiensk ugnsfisk potatis sallad	Sjömansbiff M G S Ä sallad	Grönsakspurésoppa bröd pålägg	Trädgårdslandets kal-kongryta, mörkt ris eller potatis sallad	Broilersoppa bröd	Regnbågslaxsås mörkt eller fullkornsriss sallad
Kvällsmål	Bärkräm bröd	Fruktshake eller -smoothie bröd	Semla, bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor kakao	Gröt på husets vis saftsoppa	Rågbröd pålägg frukt	Fil eller yoghurt bröd, pålägg fruktklyftor	Rispirog bredbart ägg-pålägg rotsaksbitar

Vid alla måltider serveras även knäckebröd, bordsmargarin och måltidsdryck (fettfri ekologisk mjölk/-surmjölk/vatten). Daghemmen är på steg 4 i Programmet Stegvis mot eko.

Byte av produkt och ändringar i lämplighetsbeteckningar möjliga. Kontrollera alltid lämplighetsbeteckningen på daghemmet.

M mjölkfri
L laktosfri
LL under 1g laktos/100 g
Ä innehåller inte ägg
VEG passar vegandiet

N innehåller inte nötkött
S innehåller inte svinkött
G glutenfri, passar celiakidiet



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 23-32

Vecka 32/2	MÅNDAG 3.8.	TISDAG 4.8.	ONSDAG 5.8.	TORSDAG 6.8.	FREDAG 7.8.	LÖRDAG 8.8.	SÖNDAG 9.8.
Morgon-mål	Ekologisk gröt av kornflingor fruktpuré	Tunnbröd pålägg grönsaksskivor/-klyftor	Mannavälling mjukt bröd bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor	Mjukt bröd ost fruktklyftor	Ekologisk gröt av kornflingor bär	Gröt fruktpuré	Semla eller bröd pålägg grönsaksskivor
Lunch	Kalkon i sweet& soursås M G N S Ä mörkt eller fullkornsrís sallad	Härkiskasagnette L Ä mjukt bröd sallad	Ostgratinerad fisk L G N S Ä rotsaks-potatismos L G Ä sallad	Grönsakspurésoppa L G Ä ekologisk tofu och majs tillbehör M G Ä VEG rågbröd grönsaksskivor Bärpirog M N S	Broilerfärsbiffar M G N S Ä tomatsås L G N S Ä vegeris sallad	Lasagnette av köttfärs sallad	Skepparens strömmingar potatismos sallad
Vegeta-risk rätt	Rotsaks-sojagryta L G Ä	Härkiskasagnette L Ä	Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG	Grönsakspurésoppa L G Ä ekologisk tofu och majs tillbehör M G Ä VEG	Grönsaksbiffar (soja) M G Ä VEG	Vegetarisk lasagnette	Potatis-rotsaksform
Mellan-mål	Bärkräm mjukt bröd ost	Rågröt av ekologiska flingor eller fruktgröt fruktbitar	Knackkorvssemla rotsaksbitar	Frukt smoothie mjukt bröd grönsaksskivor	Rågbröd bredbart tonfisk pålägg grönsaksskivor	Fruktkräm bröd	PÅ HUSETS VIS eller pizza råkostportion
Middag	Broilerrisotto sallad	Köttsoppa bröd på husets vis	Kalkon-rotsaks-soppa M G N S Ä bröd, grönsaksskivor	Sej-regnbågsloxasås potatis sallad	Spenatsoppa ägghalva bröd på husets vis	SOPPA ELLER LÅDRÄTT PÅ HUSETS VIS	Broiler-potatislåda sallad
Kvälls-mål	Pirog på husets vis (t.ex. rispirog) råkostportion	Gröt bårsoppa	Bärkvarg bröd	Bröd bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor	KVÄLLSMÅL PÅ HUSETS VIS råkostportion ingår	Bäryoghurt bröd	Välling bröd, ost frukt